

# Подросток не слушается. Что делать?

## Две причины, по которым подросток перестает слушаться родителей

Первая: гормональные изменения в организме, которые и дают ребёнку ощущение «взрослости».

Вторая причина, по которой подросток не слушается, – это значимость своего положения среди сверстников. Родители и взрослые отодвигаются на задний план. Подростки очень критично настроены к родителям. Им куда важнее и интереснее та среда, где они чувствуют себя комфортно и значимо.

## Что делать родителю, если подросток не слушается

Подросток в этот период ещё не способен принимать важных решений в жизни и отвечать за них, поэтому важно его

контролировать, при этом давая ему право выбора в некоторых сферах. Пусть ребёнок увидит в ВАС, а не в сверстниках пример для подражания. Сделайте так, чтобы с вами он ощущал собственную значимость и чувствовал себя комфортно.

## Подросток не слушается – всегда ли это плохо?

Например: если подросток сам хочет решить, с кем ему дружить, какую профессию и одежду выбирать – то так и должно быть.

Подростку важно научиться самостоятельности, ему нужно дать возможность самому принимать решения и делать выбор. Пусть красит волосы если захочет или бросает музыкальную школу. Не вмешивайтесь. Сделав выбор, он должен понять, что несёт ответственность за свои поступки. Не положил вещи в стирку и нечего надеть? В следующий раз не забудет. Не спешите решать его проблемы. Пусть осознает всю серьезность сделанного выбора.

## Как наладить отношения с подростком:

**1. Сохраняйте позитивный настрой.** Да, это сложный период, но вместе с ребёнком вы сможете его пройти.

**2. Проявляйте любовь и чуткость по отношению к подростку.** В этом возрасте в нём бушуют гормоны и на многое в жизни они реагируют более остро. Он может начать грубить, конфликтовать, подвергать сомнению ваш авторитет. Это нормальный процесс взросления.

**3. Не поддавайтесь эмоциям, относитесь к изменениям со сдержанностью и пониманием.** В вас ребёнок должен видеть понимающего и мудрого наставника, а не командира. Не пытайтесь властвовать над ним, это только усугубит ситуацию.

**4. Не позволяйте подростку переходить границы.** Вы должны дать понять ребёнку, что понимаете его состояние (сами через это проходили), но вас и ваши чувства тоже должны уважать. Без взаимопонимания гармоничных отношений не построишь.

**5. Если подросток грубит, то не терпите и пресекайте такое поведение на корню.** Но не кричите в ответ, а спокойно, глядя в глаза, объясните, что такое поведение неприемлемо.

**6. Цените достижения подростка,** хвалите за инициативу и отмечайте личностный рост. В учёбе это особенно важно.